

『NPO法人 西東京臨床糖尿病研究会』は、7月11日より『一般社団法人 臨床糖尿病支援ネットワーク』として活動してまいります。今後とも変わらぬご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

臨床糖尿病支援ネットワーク

MANO a MANO

“mano a mano” とはスペイン語で“手から手へ”という意味です



糖尿病と認知症 ～ 今求められる、本物の地域力 ～

【本法人理事】

多摩北部医療センター

藤田 寛子 [医師]

「糖尿病は動脈硬化の促進因子であり脳血管性認知症の合併が多いことは容易に想像できます。一方、アルツハイマー型認知症においても、高インスリン血症・脳内インスリン作用低下などがアミロイドβなどの蓄積・脳内代謝に関係するといわれ、またこの2つの認知症は併存していることも多く、様々なデータ報告をまとめると、糖尿病患者の認知症のリスクは非糖尿病患者の概ね2倍になります。認知症と血糖コントロール不良は双方に悪影響を及ぼし悪循環を形成しますので、血糖コントロールは非常に重要ですが、単にHbA1cが良ければよいというわけではありません。特に高齢者においては重症低血糖で認知症の発症率が上昇しますので、なるべく低血糖を生じない血糖コントロールを行うことが大切です。大きな血糖変動は(血管内皮細胞のアポトーシスを誘発することはよく知られていますが)MMSEの低下とも相関することも報告されており、変動の少ないコントロールも重要です。HbA1cは平均値であり、日内などの短期間に高血糖と低血糖を繰り返していてもHbA1cだけではわかりませんから注意しましょう。」…以上が、『高齢者糖尿病患者と認知症』で語られる内容の主な概要ででしょうか。

この数年、認知症の方を地域で支えてゆくために医療関係者や行政による啓発活動が盛んに行われ、メディアの力もあり、認知症・アルツハイマーという病名や対処方法の知識は次第に浸透し、数年前に認知症のことをご家族にお伝えするときに見られた、重い空気や拒絶はかなり減りました。

しかし、言葉では浸透してきていても、実際の該当者として、あるいは家族として関与することは、やはり厳しいものです。介護サポートが及ばず気づかれないまま経過し、失望や疲弊で追い詰められたことによる不幸な顛末が、いまだ報道に上り続けています。

支援を要する高齢者に有効な医療を行うためには、家族に代表される介護者の意識が重要な鍵となります。精神的・身体的に余裕のない介護者の増加は、高齢者の医療環境を厳しいものにしています。

そして目の前にいるのは、もう何十年も血糖コントロール不良で経過した方々です。「先生、私たち、今更間に合いませんよね。アミロイドβは15年以上も前から蓄積されているのですものね。」という声に「これから」をお話し、あふれる認知症によるトラブルに対しては、介護者の気持ちに寄り添い彼らのメンタルケアも行いつつ日々対応し、糖尿病診療を浸透させてゆくことが重要です。予防も大事、幼少時からの教育も当然大事です。しかし、それらが実を結ぶまでの何十年間かは、大変な時代となるでしょう。各医療機関が手と手を取り合い、介護・福祉・行政と協力して包括的医療を推進してゆくことが重要です。

今こそ、本物の『地域力』が試されています。地域でチーム！ みんなで力をあわせて、一緒にこの時代を乗り切ってゆきたいものです。

読んで
単位を
獲得しよう

西東京糖尿病療養指導士(LCDE)は、更新のために5年間に於いて50単位を取得する必要があります。本法人会員は、会報「MANO a MANO」の本問題及び解答を読解された事を自己研修と見做し、**1年につき2単位**(5年間で10単位)を獲得できます。毎月、自分の知識を見直し、日々の療養指導にお役立てください。
(「問題」は、過去のLCDE認定試験に出題されたものより選出してあります。)

問題 持続皮下インスリン注入療法(CSII)で正しいのはどれか、1つ選べ。(答えは3ページにあります。)

1. CSIIに用いるインスリンは中間型または持続型溶解インスリンを使用する。
2. 注入セットの交換は1週間ごとに交換する。
3. CSII使用患者は水泳はできない。
4. 速効型インスリン使用の場合は、Bolusインスリンを食前30分前に注入する。
5. 1日の全Basalインスリンは全注入インスリンの約80%となることが多い。



報告

第30回 武蔵野糖尿病研究会

日時:平成28年6月18日(土)

場所:三鷹産業プラザ

平成28年6月18日(土) 三鷹産業プラザにて『第30回武蔵野糖尿病研究会』が開催された。当日は医師、薬剤師、栄養士、看護師など48名が参加。一般講演は武蔵野赤十字病院 リハビリテーション科 理学療法士 伊東彰先生、特別講演は順天堂大学大学院医学研究科 代謝内分泌内科学・スポーツロジセンター 准教授 田村好史先生にご講演いただいた。ご講演内容は下記のとおりである。

【一般演題】

『当院における糖尿病の運動療法について』最大酸素摂取量とAT pointを活用して

武蔵野赤十字病院 リハビリテーション科 理学療法士 伊東彰先生

《要約》

当院では糖尿病の教育入院を定期的に実施している。入院期間8日間で行い、その間、糖尿病の知識・合併症・食事療法・薬物療法・検査・運動療法について各担当から教育を受けたり実践したりしている。この中で行われている運動療法を紹介した。運動療法の内容としては運動療法の有用性の講義、体力測定(最大酸素摂取量の測定)、AT pointの測定(運動強度の設定)、実践を行っているが現状と課題を含めて具体的に紹介した。



【特別講演】

『糖尿病 運動療法のコツ』

順天堂大学大学院医学研究科 代謝内分泌内科学・スポーツロジセンター 准教授 田村好史先生

《要約》

運動療法は、食事療法、薬物療法と並んで、糖尿病治療の有力な手段である。とくに、日本人の糖尿病の95%を占める、2型糖尿病の患者さんで、血糖コントロールが安定している人の場合は、食事療法とともに運動療法を行うと、血糖が下がるだけでなく、糖尿病のさまざまな症状が改善され、さらには、動脈硬化の予防、老化防止といった点でも効果があることが実証されている。糖尿病の運動療法は重要と考えられているものの、その実施率は必ずしも高くない。また、最近の運動のエビデンスも患者には認知されていないことが多い。現在までのエビデンスや実施率を高める工夫やコツについて要点を解説した。



報告

第3回 介護福祉関連職種を対象とした糖尿病セミナー

日時:平成28年6月22日(水)

場所:青梅市立総合病院

第3回介護福祉関連職種を対象とした

【本法人会員】 糖尿病セミナー ファシリテーター

立川中央病院 工藤 まゆみ [薬剤師]

平成28年6月22日(水)に青梅市立総合病院にて『第3回介護福祉関連職種を対象とした糖尿病セミナー』が開催され、講師には植木彬夫先生、高村宏先生、ファシリテーターとして看護師、管理栄養士、薬剤師等のコメディカルが参加しました。講師、ファシリテーターを除く参加者はケアマネジャー11名、看護師・保健師8名、介護職4名、医師・歯科医師各1名、管理栄養士1名、事務職2名の計28名でした。

最初の「糖尿病とは」について植木先生のスライドが映し出されると、話す内容に集中して多くの方がメモを取る姿が見受けられました。

次に「糖尿病により急速に症状が悪化し対応に苦慮したケース」として、梅の園訪問看護ステーション所長の安藤早苗先生から症例が提示され、6人程度でグループワークを行い、各テーブルでは活発に意見交換をしていました。

続いて「ミニレクチャー」では、高村先生から「インスリン製剤と注射法」についてお話されると、インスリンの種類の多さに驚かれていました。「SMBGとインスリンを体験してみよう」のコーナーでは、「やってみたい人はいませんか？」と声をかけると一人、また一人と試す方が出てきて「患者さんはいつもこんなに大変なことをやっていたのね」と実感する方もいて、体験できたことは有意義だったようです。

各職場でこの体験を情報共有していただき、糖尿病の患者さんを皆で支えあえる環境づくりにつながるとよいと思いました。また、悩みを相談できる新たな人脈作りにも一役買ったのかかもしれません。私も勉強になったので、こんな良いことだらけのセミナーにまた参加させていただきたいと思います。





第76回米国糖尿病学会(ADA2016)

平成28年6月10日(金)～14日(火)

アメリカ合衆国・ニューオーリンズ

[本法人評議員]

多摩センタークリニックみらい

藤井 仁美 [医師]

去る6月10日から約1週間、アメリカ・ニューオーリンズ(ルイジアナ州)で開催されたADA 76th Scientific Sessionsに参加してきました。期間中にオーランド(マイアミ)での銃撃事件が世界を震撼させたことは、まだ記憶にも新しいのではないのでしょうか。ちなみにオーランドもADA集会の開催場所の一つとなっています。

ニューオーリンズにはハリケーン・カトリナの影響もない2009年にこの学会で訪れていましたが、観光地らしく復興発展を遂げた様子を見ることができました。前回はFrench Quarterを中心としたエキゾチックな街並みウォークや、映画「ペリカン文書」に出てくる湿地の景色を楽しむswamp(沼)ツアー、Steam Boatクルーズにケイジャン料理など様々なことを体験したのですが、今回は落ち着いて学会に臨みました。しかし日本糖尿病学会同様この学会も大規模ゆえの会場の悩みがあるらしく、開催都市に限られてきており、海外からの参加者としてはもっと異国情緒を楽しめる開催地を望んでいます。

というわけでこの学会は世界から2万人近い参加者を集め、ポスターを眺めるだけで運動療法ができるような巨大な会議場があり、数千人も入れそうな大会場では今年の話題のスタディが報告され、良い結果が出れば会場全体からどよめきが起こり、その日のうちに『New England Journal of Medicine』や『Diabetes Care』のような一流雑誌に論文が掲載されるという臨場感が魅力です。Banting賞をはじめとする基礎や臨床、教育や疫学といった分野別の栄えある受賞講演では、難しい内容を門外漢にもわかるように丁寧に話されます。更には恩師や同僚や家族が紹介され、みんなが喜びあう姿には感動させられます。シンポジウムも社会的問題(人種差や経済格差、ライフステージなど)、食事・運動、新旧の薬物療法、合併症など多岐にわたり、ヨーロッパはもちろん、南米、インド、中国、韓国など様々な英語の質問が飛び交います。企業ブースは日本同様規制が厳しくなり、かつてのにぎわいは減りましたが、日本にはまだない薬物や医療機器などを冷やかすなど、何回か参加するうちにこの学会の楽しみ方もわかってきました。朝5時起床のモーニングセッションやテーブルを囲んで隣の人とおしゃべりできるディナー付きイブニングセミナーも見逃せません。

SGLT2阻害剤についてはもう3年以上も話題にはなっていましたが、EMPA-REG研究の成功(主に心不全を減らし、腎症を減らす)を受け、産生されるケトン体が臓器保護的に、効率よくエネルギー供給するのではといった新説が発表されるなど活気づいていました。またLEADER試験でもリラグルチド(1.8mgですが)が心血管疾患や腎症を減少させるなどポジティブな結果に会場が湧きました。これらSGLT2阻害薬、GLP-1製剤に期待が寄せられる一方、日本で依然活躍中のDPP4阻害薬は、アメリカではsecond lineに、その地位を譲った感があり、人種の違いを感じさせられます。大規模研究のあり方も人種の社会的背景も、そのまま日本に敷衍できるとは限らないとわかっているべきですが、ADA参加はつかの間の贅沢な息抜きの中場ではあります。

研究会等のセミナー・イベント情報

◆ 直接事業 ◆ 間接事業 □ その他

□ 第17回 糖尿病予防講演会

申込不要

テーマ：『糖尿病と共に健康に生きる ～Healthy Living and Diabetes～』

参加費
無料

詳細資料の
同封あり

開催日：平成28年9月24日(土) 14:00～17:25

場所：ルミエール府中 コンベンションホール飛鳥(京王線「府中駅」徒歩6分)

問合せ：臨床糖尿病支援ネットワーク事務局 TEL: 042-322-7468

☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：2単位

☆日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位<第2群>：1単位申請中

読んで
単位を
獲得しよう

答え 4

下記の解説をよく読みましょう。(問題は1ページにあります。)

解説 以下の通り

1. × 速効型または超速効型のインスリンを使用する。
2. × 2-3日ごとに交換する。
3. × 注入ポンプを取り外して水泳をすることができる。
4. ○ 正解
5. × 約30%となることが多い。

研究会等のセミナー・イベント情報

☒ 直接事業
 ☒ 間接事業
 ☐ その他

◆第17回 西東京糖尿病療養指導士養成講座

申込必要

期 間：平成28年9月5日（月）第1講開講以降12月13日（火）まで計13回実施

時 間：19:00～21:00（開場18:30）

場 所：立川市女性総合センターアイム 1階ホール（JR「立川駅」北口徒歩7分）

内 容：「糖尿病療養指導ガイドブック 2016」に沿って講義を行う

受講料：14,000円（全13回講義分として）

日 程： 9月 ⇒ 5日（月） 14日（水） 28日（水）

10月 ⇒ 7日（金） 13日（木） 19日（水） 25日（火） 31日（月）

11月 ⇒ 8日（火） 16日（水） 30日（水）

12月 ⇒ 7日（水） 13日（火）

予備日：12月19日（月）

※休講等、不測の事態に備えた補講日

申 込：  本法人ホームページ [https://www.nishitokyo-dm.net/] の会員マイページより

トップページ > 「重要なお知らせ」又は「新着情報」 > 「第17回西東京糖尿病療養指導士養成講座のご案内」

※受講資格等、詳細内容につきましては上記ページでご案内しておりますので確認ください。

【聴講制度のご案内】 聴講制度によりLCDE認定者も受講可能（※但し、未認定者優先）です。養成講座を受講されると40単位を上限とし、1講義出席につき4単位取得できます。8/26（金）より受付を開始します。会員マイページ内の聴講制度に関する掲示より、Web決済にて受講料をお支払いください。

詳細資料の
同封あり

☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：1講義につき4単位

◆第20回 西東京糖尿病心理と医療研究会

申込必要

開催日：平成28年10月1日（土）15:30～18:50

場 所：国立市商業協同組合 さくらホール（国立市東1-4-6 国立商協ビル2階）

申 込：  FAX：042-362-1602（9/26（月）締切） 参加費：500円

問合せ：ノボ ノルディスク ファーマ(株)（担当：池辺） TEL：042-362-1601

☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：4単位

☆日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位＜第2群＞：1単位申請中

詳細資料兼
申込用紙の
同封あり

◆第9回 ブルーライトアップ — スカイトワー西東京 —

申込必要

開催日：平成28年11月12日（土）16:00～18:00（開場：15:30）

場 所：スカイトワー西東京 タワープラザ地下1階会議室 ※雨天決行

（西武線「花小金井駅」北口徒歩20分または西武線「田無駅」北口よりバス有）

申 込：  FAX：042-322-7478 ※申込用紙は次号会報10月号に同封予定

問合せ：臨床糖尿病支援ネットワーク事務局 TEL：042-322-7468

参加費
無料

15:00～西東京糖尿病療養指導士による糖尿病を学ぶ企画にも是非ご参加ください。

◆第21回 糖尿病療養担当者のためのセミナー

申込必要

開催日：平成28年11月13日（日）9:50～18:00

場 所：東京経済大学 国分寺キャンパス 2号館（JR・西武線「国分寺駅」南口徒歩10分）

申 込：  FAX：03-5574-9970（10/28（金）締切） 参加費：4,000円（弁当代含む）

問合せ：日本イーライリリー(株)（担当：原） TEL：03-5574-9100

☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：5単位

☆日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位＜第2群＞：2単位申請中

詳細資料兼
申込用紙の
同封あり

発行元

一般社団法人 臨床糖尿病支援ネットワーク事務局
〒185-0012
国分寺市本町2-23-5 ラフィネ込山No.3-802
TEL:042(322)7468 FAX:042(322)7478
http://www.nishitokyo-dm.net/
Email:w_tokyo_dm_net@crest.ocn.ne.jp

編集後記



これを書いている今、日本列島は各地で気温35℃以上という猛烈な暑さに見舞われています。皆さんにこの号が届く頃には少しは涼しくなっているでしょうか。さて厚労省によれば認知症の患者数は2025年には700万人を突破するとも言われ、糖尿病はその重要な危険因子です。巻頭言の藤田先生による認知症のお話はまさに時宜を得たもので、今後の皆様の療養指導にお役に立つものと思っております。（広報委員 西田 賢司）